

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia pasti menginginkan dirinya supaya selalu sehat secara jasmani serta rohani. Sehat jasmani merupakan keadaan fisik yang memberikan kemampuan untuk manusia dalam menjalani aktifitas sehari-hari, sedangkan dengan sehat secara rohani yaitu suatu kondisi yang berhubungan dengan batin manusia, manusia yang sehat rohani pasti merasakan keadaan yang aman, nyaman, dan tentram. Manusia yang tidak sehat dalam kedua hal tersebut tentunya akan berpengaruh dalam pola kehidupan dirinya serta akan berdampak terhadap aktifitas sosial yang akan dilakukannya. Tidak hanya mengenai kesehatan fisik, masalah kesehatan jiwa di Indonesia juga termasuk masalah kesehatan yang cukup besar dibandingkan dengan masalah kesehatan lainnya yang terdapat pada masyarakat. Seseorang yang terganggu kesehatan jiwanya biasanya disebabkan oleh faktor organik, biologis, maupun fungsional yang mengakibatkan perubahan dalam alam pikir, perasaan, dan perbuatan seseorang.¹

Fenomena pengidap gangguan jiwa saat ini mengalami peningkatan yang sangat signifikan, serta setiap tahun di berbagai belahan dunia jumlah penderita gangguan jiwa bertambah. Berdasarkan data dari World Health Organisasi yang dikutip oleh Iyus Yosep, terdapat sekitar 450 juta orang di dunia yang mengalami gangguan jiwa. WHO menyatakan setidaknya ada satu dari empat orang didunia yang mengalami masalah mental, dan masalah gangguan jiwa yang ada di seluruh dunia, dan hal tersebut sudah menjadi masalah yang sangat serius.²

Dalam jurnal Indara Maulana menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6.1% dari jumlah penduduk yang ada di Indonesia. Sedangkan prevalensi gangguan jiwa berat, seperti skizofrenia mencapai sekitar 400.000 orang atau sebanyak 1,7 per 1.000 penduduk. Di provinsi Jawa Tengah pada tahun 2011, ada 1.569 orang yang mengidap gangguan jiwa. Tingkat

¹ Juliana Lisa Nengah Sutrisna, *Narkoba, Psikotropika dan Gangguan Jiwa*, (Yogyakarta: Nuha Medika, 2013), 67.

² Iyus Yosep, *Keperawatan Jiwa Edisi Revisi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2009), 27.

gangguan keehatan jiwa di Jawa Tengah ini meningkat, dikarenakan tingginya tingkat stress yang dialami oleh masyarakat, mulai dari masalah pribadi, sosial, dan ekonomi.³

Dapat kita lihat dari fenomena yang ada di masyarakat, penyandang eks psikotik ketika kembali pada lingkungan tempat tinggalnya. Misalnya saat bersosialisasi atau berbaur dengan masyarakat, sebagian besar dari masyarakat masih beranggapan bahwa penderita eks psikotik masih seperti orang yang menderita gangguan jiwa berat, sehingga sebagian masyarakat terkadang akan memperlakukan penderita eks psikotik tidak seperti orang normal pada umumnya. Seseorang dikatakan sebagai eks psikotik apabila pernah mengalami gangguan kejiwaan sehingga memiliki kelainan pada mental atau tingkah lakunya, dan berakibat pada timbulnya kesulitan dalam mencari nafkah ataupun melakukan kegiatan sosial di lingkungan masyarakat. Dimana hal itu disebabkan oleh hilangnya fungsi pada salah satu atau lebih sistem syaraf pusat yang terjadi karena suatu hal, baik sejak lahir, karena adanya suatu penyakit, pernah mengalami kecelakaan, ataupun karena garis keturunan.⁴

Kemandirian menuntut suatu kesiapan baik fisik maupun emosional dalam mengatur, mengurus, dan melakukan aktivitas atas tanggung jawabnya sendiri tanpa menggantungkan diri terhadap orang lain. Kemandirian berasal dari kata dasar “diri” yang mempunyai kata awalan “ke” dan mempunyai akhiran “an”, karena kemandirian berasal dari kata “diri” maka pembahasan tentang kemandirian tidak lepas dari diri itu sendiri. Desmitia mengungkapkan bahwa kemandirian merupakan kondisi dimana seseorang memiliki hasrat untuk maju demi kebaikan dirinya sendiri, mampu mengambil keputusan dan inisiatif untuk mengatasi masalah serta memiliki kepercayaan diri dan bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya.⁵ Dalam surat al mu'minun ayat 62 menyebutkan:

وَلَا تُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا وَلَدَيْنَا كِتَابٌ يَنْطِقُ بِالْحَقِّ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ

³ Indara Maulana, dkk, *Penyuluhan Kesehatan Jiwa Untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Masalah Kesehatan Jiwa di Lingkungan Sekitarnya*, Jurnal MKK, Vol. 2, No. 2, November 2019, 219.

⁴ Hanif Sandya Eko Putro, *Program Layanan Bimbingan Kemandirian Untuk Meningkatkan Kemandirian Pada Eks Psikotik Di rumah Pelayanan Sosial Eks Psikotik Hestining Budi Klaten*. Jurnal Hisbah: Bimbingan Konseling Islam Dan Dakwah Islam, Vol. 16, No. 1, Juni 2019, 75.

⁵ Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: PT Rosda Karya, 2009), 184.

Artinya: *“Kami tiada membebani seseorang melainkan menurut kesanggupannya, dan pada sisi Kami ada suatu kitab yang membicarakan kebenaran, dan mereka tidak dianiaya.” (Q.S Al-Mu'minun: 62).*

Ayat tersebut menjelaskan bahwa individu tidak akan mendapatkan suatu beban diatas kemampuannya sendiri, tetapi Allah Maha Tau dengan tidak memberikan beban individu melebihi batas kemampuan individu itu sendiri, karena itu individu dituntut untuk mandiri dalam menyelesaikan persoalan dan pekerjaannya tanpa banyak tergantung pada orang lain.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang di lakukan pada 22 Mei 2022 di Yayasan Panti Rehabilitasi Gangguan Jiwa dan Cacat Mental Jalma Sehat Kudus, Sinta Ristiyani selaku perawat panti mengatakan bahwa kebanyakan penyandang eks psikotik yang ada di jalma sehat memiliki tingkat kemandirian yang rendah, padahal kemandirian adalah salah satu hal yang sangat penting bagi eks psikotik, karena dengan membentuk mereka menjadi individu yang mandiri, nantinya ketika mereka kembali di lingkungan tempat tinggalnya mereka dapat ikut berperan aktif di dalam masyarakat. Yang dimaksud kemandirian disini adalah dimana penyandang eks psikotik mau dan mampu mengurus dan merawat dirinya sendiri seperti makan, mandi, merias diri, dan masih banyak aktivitas lainnya, tanpa bergantung pada orang lain. Penyandang eks psikotik masih seringkali tidak mau mandi dan tidak mau mengganti pakaiannya ketika belum ditegur.⁶

Dalam bimbingan konseling terdapat bimbingan yang dilakukan secara berkelompok atau biasa disebut dengan bimbingan kelompok, didalam penelitian ini peneliti menggunakan bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioral* dalam membentuk kemandirian eks psikotik di jalma sehat. Menurut Tohirin dalam jurnal Dian Novianti Sitompul, bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan kepada individu melalui kegiatan kelompok, dalam bimbingan kelompok aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan bagi masalah individu yang menjadi anggota

⁶ Wawancara dengan Sinta Ristiyani, tanggal 22 Mei 2022, di Yayasan Panti Rehabilitasi Gangguan Jiwa dan Cacat Mental Kudus.

kelompok.⁷ Sedangkan pendekatan *behavioral* adalah suatu teknik terapi dalam bimbingan konseling yang berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu konseli dalam mempelajari tingkah laku baru untuk memecahkan masalah dan merubah perilaku yang menyimpang agar lebih baik dalam berperilaku. Jadi, bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioral* merupakan suatu bantuan yang dilakukan secara berkelompok yang bertujuan untuk merubah perilaku yang menyimpang agar menjadi perilaku yang baik.

Melihat kondisi rendahnya kemandirian pada penyandang eks psikotik di jalma sehat, peneliti rasa penyandang eks psikotik perlu mendapat bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioral* dalam membentuk kemandiriannya. Bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioral* diberikan dengan tujuan agar penyandang eks psikotik mampu menjadi orang yang mandiri, terutama dalam mengurus diri sendiri. Yang dimana awal mereka belum bisa mengurus dirinya sendiri dan selalu bergantung pada orang lain, setelah diberikan bimbingan secara bertahap diharapkan mereka akan ada perubahan positif sedikit demi sedikit.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih mendalam dengan mengangkat judul **“EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN *BEHAVIORAL* TERHADAP PEMBENTUKAN KEMANDIRIAN EKS PSIKOTIK DI YAYASAN PANTI REHABILITASI GANGGUAN JIWA DAN CACAT MENTAL JALMA SEHAT KUDUS”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana hasil bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioral* terhadap pembentukan kemandirian eks psikotik di Yayasan Panti Rehabilitasi Gangguan Jiwa dan Cacat Mental Jalma Sehat Kudus?
2. Apakah bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioral* efektif terhadap pembentukan kemandirian eks psikotik di

⁷ Dian Novianti Sitompul, *pengaruh penerapan layanan bimbingan kelompok teknik roleplaying terhadap perilaku solidaritas siswa dalam menolong teman di SMA Negeri rantau utara T.A 2014*, Vol. 1 No.1 Maret 2015, 4.

Yayasan Panti Rehabilitasi Gangguan Jiwa dan Cacat Mental Jalma Sehat Kudus?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan dilaksanakannya penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hasil bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioral* terhadap pembentukan kemandirian eks psikotik di Yayasan Panti Rehabilitasi Gangguan Jiwa dan Cacat Mental Jalma Sehat Kudus.
2. Untuk mengetahui keefektifan bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioral* terhadap pembentukan kemandirian eks psikotik di Yayasan Panti Rehabilitasi Gangguan Jiwa dan Cacat Mental Jalma Sehat Kudus.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis.

1. Manfaat Teoritis
 - a. Bagi Lembaga
Sebagai bahan rujukan untuk kedepannya bisa lebih meningkatkan kualitas bagi lembaga terkait.
 - b. Bagi Pengurus
Di harapkan bisa di jadikan sebagai pedoman maupun referensi dalam melakukan evaluasi untuk kedepannya, terutama yang berkaitan tentang efektivitas bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioral* terhadap pembentukan kemandirian eks psikotik.
 - c. Bagi Peneliti Selanjutnya
Sebagai bahan kajian untuk penelitian sejenisnya, atau penelitian lebih lanjut yang berkaitan tentang efektivitas bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioral* terhadap pembentukan kemandirian eks psikotik.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi Masyarakat
Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi betapa pentingnya kemandirian bagi eks psikotik. Karena dengan adanya kemandirian pada penyandang eks psikotik, mereka akan mampu untuk bersosialisasi dengan orang-orang yang ada disekitarnya.

b. Bagi Eks Psikotik

Diharapkan dapat mengatasi ketidakmandirian eks psikotik melalui bimbingan kelompok dengan pendekatan *behavioral*, sehingga para penyandang eks psikotik yang belum bisa mandiri nantinya bisa mandiri.

E. Sistematika Penulisan

Untuk memberikan gambaran dalam penyusunan skripsi ini secara menyeluruh, maka penyusunan skripsi ini disusun dengan sistematika sebagai berikut:

1. Bagian Muka

Bagian ini terdiri dari halaman judul, pengesahan penguji munaqosyah, pernyataan keaslian skripsi, abstrak, motto, pembahasan, pedoman transliterasi arab-latin, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel dan daftar gambar.

2. Bagian Isi

BAB I Pendahuluan

Bab ini menguraikan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II Landasan Teori

Bab ini berisi deskripsi teori, penelitian terdahulu, kerangka berfikir dan hipotesis.

BAB III Metode Penelitian

Dalam bab ini mencakup beberapa poin diantaranya membahas mengenai jenis dan pendekatan penelitian, populasi dan sampel, desain dan definisi operasional variabel, uji validitas, dan reliabilitas instrument, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

BAB IV Hasil Penelitian

Bab ini berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan.

BAB V Penutup

Pada bab ini berisi kesimpulan, saran, dan penutup.

3. Bagian Akhir

Pada bagian akhir terdiri dari daftar pustaka, lampiran-lampiran yang mendukung isi skripsi dan daftar riwayat pendidikan peneliti